

# Escudo Digital

- Não use "123456" ou seu nome como senha!
- Z Como Criar uma Senha Forte:
- Use letras maiúsculas e minúsculas
- Adicione números
- Inclua símbolos (ex: ! @ # \$)
- Crie frases ou palavras aleatórias (ex: Sol@2025!)
- N Evite:
- Nomes, datas de nascimento ou coisas óbvias
- Repetir a mesma senha em todos os lugares
- Contar sua senha para alguém
- Dicas Extras:
- Use um gerenciador de senhas
- Ative a verificação em duas etapas (2FA)
- Troque suas senhas com frequência
- **a** Sua senha é a chave da sua vida digital. Use uma que ninguém consiga copiar!



# • Navegação Segura

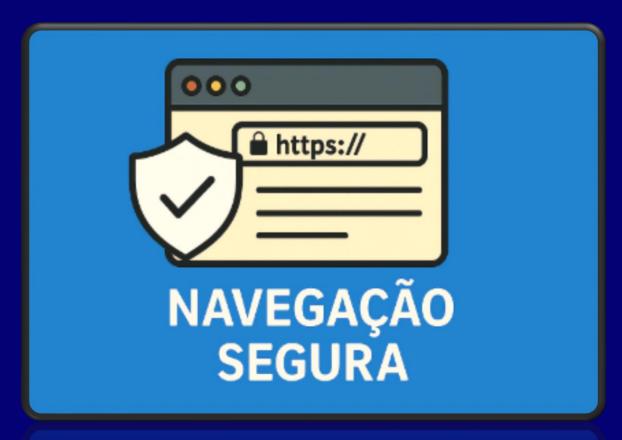
- A internet é incrível, mas tem armadilhas. Fique atento!
- Como Navegar com Segurança:
- Acesse sites com HTTPS (veja se tem o cadeado na barra do navegador)
- Digite o endereço do site manualmente, se puder
- Não clique em links estranhos ou suspeitos

#### • **A** Cuidado com:

- Mensagens dizendo que você ganhou prêmios
- Sites que pedem muitos dados pessoais sem motivo
- Pop-ups e propagandas que pulam na tela

#### Dicas Extras:

- Use navegadores atualizados com bloqueador de anúncios
- Nunca salve senhas em computadores públicos
- Prefira Wi-Fi conhecido ou protegido
- Use antivírus e firewall sempre ativados



🔸 🖋 Navegar com cuidado é navegar com segurança. Proteja seus dados enquanto explora o mundo online!

# E-mails Perigosos

### Nem todo e-mail é confiável. Golpistas tentam te enganar!

### Sinais de Alerta:

- E-mails com urgência: "Sua conta será bloqueada!"
- Promessas de dinheiro fácil ou prêmios
- Pedem senhas, dados bancários ou CPF

## Como se Proteger:

- Desconfie de remetentes desconhecidos
- Não clique em links estranhos ou encurtados
- Bancos não pedem dados por e-mail!
- •□ Apague o e-mail se parecer falso



#### Dicas Extras:

- Verifique o endereço de e-mail com atenção: (ex: @banco.com.br ≠ @banco.com)
- Caiu no golpe? Troque suas senhas e fale com o banco!

Desconfie sempre. Se parecer estranho, provavelmente é!

# **Ⅲ** Celulares/Tablets

Seu celular guarda fotos, conversas e senhas. Proteja ele!

- **☑** Como manter seu celular seguro:
- Use senha, digital ou reconhecimento facial
- Baixe apps só da loja oficial (Google Play / App Store)
- Atualize o sistema sempre que possível
- Veja o que os apps pedem acesso (microfone, câmera, etc.)

#### **A** Evite:

- Clicar em links que chegam por SMS ou WhatsApp de desconhecidos
- Instalar apps por fora da loja oficial
- Usar Wi-Fi público sem proteção (prefira dados móveis ou VPN)

#### Dica Extra:

Ative a opção de localizar seu celular caso ele seja perdido ou roubado
Seu celular é pessoal! Cuide dele como cuida da sua carteira.



# Use as Redes Sociais com Segurança!

O que você compartilha pode ir muito mais longe do que imagina.

- Dicas para usar redes sociais com segurança:
- Deixe seu perfil privado, se possível
- Compartilhe só o necessário (nada de endereço ou rotina)
- Pense bem antes de postar fotos de crianças ou documentos
- Reveja quem pode ver seus posts e stories

## ▲ Fique de olho em:

- Perfis falsos fingindo ser você ou amigos
- Mensagens estranhas de conhecidos (podem ter sido hackeados)
- Golpes que pedem dinheiro no inbox ou oferecem sorteios falsos

### Dica Extra:

- Ative a verificação em duas etapas nas suas contas
- Desconfie de elogios exagerados, promessas ou pedidos de ajuda financeira

Poste com consciência. O que vai pra internet pode nunca mais sair de lá.



# 😇 🧘 Segurança na Internet para Crianças e Idosos

Todos podem usar a internet com segurança e tranquilidade!

## 👶 Dicas para Crianças:

- Fale com um adulto antes de conversar com alguém online
- Nunca conte seu nome completo, endereço ou escola
- Use jogos e sites próprios para sua idade
- Se algo parecer estranho ou assustador, conte para um responsável

## Dicas para Idosos:

- Desconfie de ligações, mensagens ou e-mails pedindo dinheiro ou senhas
- Peça ajuda para criar senhas seguras e usar o WhatsApp com segurança
- Antes de clicar em qualquer link, confirme com alguém da família

# Dica para todos:

• Família unida e mais segura online! Ajude e oriente uns aos outros.

A internet é um lugar legal, mas é preciso saber se proteger. Sempre que tiver dúvida, peça ajuda!



**CRIANÇAS E IDOSOS** 

# Sobre o Projeto

O projeto *Escudo Digital* foi criado para ensinar segurança digital de forma simples, voltada para todas as idades. A cartilha aborda temas como criação de senhas fortes, navegação segura, cuidados com e-mails, proteção de dispositivos móveis, uso consciente de redes sociais e orientações para crianças e idosos.

## **▲ Denúncias** — Sua Atitude Faz a Diferença

Se você encontrar algo na internet que viole direitos humanos — como abuso, racismo, exploração infantil, discurso de ódio ou outros conteúdos impróprios — saiba que existem canais **confiáveis, gratuitos e que garantem o anonimato** para receber sua denúncia.

#### **▲ Canais de Denúncia no Brasil**

#### SaferNet Brasil

ONG que recebe denúncias anônimas de crimes contra direitos humanos online, em parceria com o Ministério Público Federal. Site do SaferNet Brasil: https://new.safernet.org.br/

#### Disque 100

Serviço público de utilidade, disponível 24h, que recolhe denúncias sobre violações de direitos humanos (como abuso infantil, violência contra idosos, discriminação, etc.). Ligue para **100** de qualquer telefone, ou use WhatsApp (61 99611-0100).

#### **COMUNICA PF**

Plataforma da Polícia Federal para comunicação online de crimes sob competência da PF, especialmente os com repercussão interestadual ou internacional. https://www.gov.br/pf/pt-br/canais\_atendimento/comunicacao-de-crimes?

"Segurança na internet é responsabilidade de todos." © 2025 Henrique Alcântara e Thiago Felipe. Todos os direitos reservados.